

学校給食献立コンクール応募用紙

応募区分	小学校・中学校	学校名 旭志 学校	3年1組	(ふりがな) さかもと るか 児童生徒名 坂本 琉香
	保護者	※保護者の応募の場合 保護者氏名		児童生徒との続柄
料理名	菊池がいっぱいで元気が出る! 根菜ビーフシチュー!			
使用した菊池市の食材	えこめ牛・れんこん・ごぼう・にんじん・玉ねぎ・さといも			
材料名	4人分の使用量(g)	作り方・切り方など		
えこめ牛	300g	①肉、野菜を食べやすい大きさに切る。		
玉ねぎ	200g	②鍋にサラダ油を熱し、①をよく炊め水を加える。		
れんこん	100g	③沸騰したらあくを取り、具材がやわらかくなるまで弱火〜中火で煮込む。		
にんじん	100g	④ルーを入れてよく溶かす。		
ごぼう	100g	⑤とろみがついたらでき上がり		
里いも	200g			
水	600ml			
サラダ油	大さじ1			
市販のビーフシチュールー	70g			
献立コンクールアンケート				
当てはまるものに「○」をつけてください。				
① 献立コンクールに応募して、どう感じましたか。(いくつ○をつけてもかまいません。)				
1. 健康と食事は大切だと思った。		② 菊池産の農産物についてわかった。		
③ 料理を作るのが楽しかった。		4. 食事について、家族の意見が聞けてよかった。		
5. その他 ()				
アンケートは以上です。ありがとうございました!				

写真又はイラスト



この料理の特徴など

少し大きく野菜を切、て食べにくかったので次からは少し小さく切ってみようと思います。
旭志は牛というイメージなので牛肉を使った料理にしたいなと思い、菊池でとれた野菜と一緒にビーフシチューを作りました。